よみうり堺文化センター

よみうり堺 検索

秋の募集キャンペーン

●有効期限 2015年10月28日まで●

1 今がお得! 体験料が1回 1,404円

2 入会金が 半額の 2,700円

3 体験を受けてから入会すると さらに 入会金1,080円に! (通常入会金5,400円)

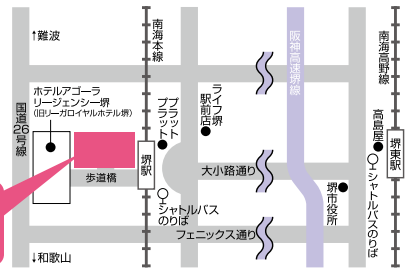
65歳以上は入会金無料

講座パンフレットを無料で送付します

TEL.072-222-2030

〒590-0985
堺市堺区戎島町4丁45-1 ポルタスセンタービル7階
南海本線「堺」駅 西口直結
ホテル・アゴーラ リージェンシー堺隣
http://www.oybc.co.jp/
sakai@oybc.co.jp

よみうり堺文化センター ポルタスセンタービル7階



9月29日 10月7日 入会金不要

歌舞伎NEXT アテルイ 阿弖流為観劇講座 ～ゆかりの地を訪ねて～

初演から13年ぶりの伝説の舞台「阿弖流為」。平安時代初期、蝦夷征討に赴いた坂上田村麻呂を待ち構えていたのは、彼の地の勇者阿弖流為でした。互いに認め合うところとなった二人でしたが、果たして蝦夷は征討軍に敗れ、恭順のため入京した阿弖流為と副将母禮(モレ)の運命は…。

スピード感あふれる立ち廻り、アクション映画のような激しい剣さばきを見せながらも、ぴたっと美しい形を決める市川染五郎、中村勘九郎、中村七之助ほか豪華歌舞伎俳優が登場。

新橋演舞場の初日から大喝采を浴びた新しい歌舞伎「歌舞伎NEXT」を、観劇の前にゆかりの地を訪ね、まずは伝説を身近に探索します。※案内を送ります。

●現地 9月29日(火)10:00 ～ 13:00
●観劇 10月7日(水)夜の部(16:30開演)を大阪松竹座(大阪市中央区)で
●18,900円(資料代・1等席チケット代含む)
●横井 三保(大阪文学振興会事務局長) ©松竹

9月15日 入会金不要

片岡愛之助主演「もとの黙阿弥」観劇講座

明治の浅草、芝居小屋を舞台に、二組の若い男女が入れ替わり、思いもよらない大騒動を巻き起こす喜劇を楽しみましょう。愛之助さんの素顔や舞台の見どころを解説。講座終了後に舞台を観劇します。

●講義 9月15日(火) 12:30～14:00 読売大阪ビル(大阪市北区)。休憩ののち、大阪松竹座で夜の部(16:30開演)を観劇
●1等席定価13,000円が講座とセットで8,900円(1等席チケット代含む)
●青木 繁(演劇評論家)

3月4日 入会金不要

あなたは俳句才能有り!? 夏井いつきの句会ライブ

テレビ番組「プレバト!! 才能ランキング」の俳句コーナーに出演。〈超辛口〉の解説でお馴染みの夏井いつきさんに、自作の句を鑑賞してもらいませんか? 「魔法の技」を身に付ければ、誰でも5分で一句をひねることができます。夏井さんの楽しい話を聞きながら、俳句の作り方を教えてもらいましょう。初心者大歓迎。書籍販売、サイン会もあります。

●2016年3月4日(金) 13:00 ～ 15:00
●ギャラリーよみうり(大阪市北区)
●2,850円
●夏井 いつき(俳人・エッセイスト)

10月27日スタート

綺華れいの 心と体をほぐすヨガ

心と体のバランスを整え、本来の自分に戻してあげましょう。ゆっくりとした呼吸法で、深いリラックスと深層の伸びや緩みができ、心の安定、体の回復に効果的です。初心者歓迎。お気軽にいらしてください。

●第2・4(火) 10:30～11:45
●12,960円(3か月)
●綺華 れい(宝塚歌劇団元星組)
●体験 10月13日(火) 1,404円

10月23日スタート

映画絵倶楽部 ～銀幕スターを描く～

映画館に掲げられた大看板。そこに描かれた銀幕スターに胸躍らせた青春。あのころの懐かしさを一枚のボードに託し、映画絵を描いてみませんか。

●第2・4(金) 13:00～15:00
●16,200円(3か月)、材料費別
●八条 祥治(映画看板絵師)
●体験 10月9日、1,404円、材料費別

10月9日スタート 入会金不要

暮らしを彩る フルーツアート・入門編

ペティーナイフ1本で身近なフルーツが「おもてなしのフルーツ」に変身♪ フルーツアート®の入門レッスンです。

©日本フルーツアートデザイナー協会

●10月9日、11月13日、12月11日(金) 10:00～12:00
●3回9,720円、材料費1,620円
●大島 崇子

10月19日スタート

やさしいオカリナ

人気のオカリナ。音楽経験のない人でも始めやすい楽器です。楽譜が読めなくても大丈夫。だれでも吹けるようになります。一緒にすてきなサウンドを作っていきましょう。

●第1・3(月)13:00～14:30
●14,904円(3か月)
●青木 優美
●説明&ミニ演奏会10月5日(月) 13:00～14:00、無料

10月4日スタート 入会金不要

飯田恭子の 秋はムードのある顔になる

若々しく艶っぽい肌に、都会的な目元、〈なりたい顔〉を目指して、ムードのあるオシャレな顔になりませんか? 秋の新色を交えてメイクをコーディネートしていきます。年齢と向き合ったコスメの選び方も教えます。

●10月4日、11月1日 12月13日(日) 10:00～11:30
●3回11,340円
●飯田 恭子(メイクアップアーティスト)

10月19日スタート 入会金不要

北欧スウェーデンの クロスステッチTVISTでHANAポーチを作る

北欧のステッチと仕立てのテクニックが学べます。スウェーデン直輸入のウール糸で、ポーチ(横14㎝×縦12㎝)を作ります。色は3色から選択。

●10月19日、11月2日(月)13:00～15:00
●2回4,200円、材料費4,500円

11月25日スタート

平筆書道・笑福文字

福を呼ぶ文字が書けたらいいな～。そんな思いを込めて名づけた「笑福文字」。座右の銘や好きな言葉、贈る言葉に光を当てましょう。

●第4(水) 14:00～16:00
●6,480円(3か月分)
●角谷 俊彦
●体験 10月28日(水)、2,484円(材料費含む)

11月11日スタート

みやちゃんの一閑張

一閑張で大事な「下地処理」と「引張り強度」を、国家資格一級塗装技能士の立場から解説。本物の一閑張の習得を目指します。

●第2(水) 13:30～15:30
●6,480円(3か月) 材料費1回 1,000～2,000円
●宮脇 泰彦
●体験 9月9日、10月14日(水)、2,484円(材料費含む)

10月6日スタート

リラックスヨガ

呼吸で動きをリードしながら体のバランスを整えます。体が硬い人や初心者でも受講いただける内容です。

●第1・3(火)19:00～20:30
●9,720円(3か月)
●Mai
●体験 9月15日、29日、1,404円

10月15日スタート 入会金不要

Moxa(もぐさ)セラピー

冷え症、更年期障害の症状に効くツボなど、台座灸を使って教えます。

●10月15日、11月19日 12月17日(木) 14:00～15:30
●6,480円、教材費1,620円(いずれも3回)
●黒川 恵子

今がお得! 一回完結講座

※入会金(5,400円)不要、会員以外の方でも受講できます

キャラクター和菓子づくり

「隣りの人間国宝さん」で知られる左海銘菓司「宝泉」の前田崇之さんが教える和菓子づくり。

●10月25日(日)10:00～12:00
●2,124円(材料費含む)

ハロウィンダークナイト シュガーアート

ダミーケーキ(直径10㎝)にシュガーペーストのカバーリングに挑戦。観賞用です。

●10月10日(土) 13:30～16:00
●5,724円(材料費含む)

手づくり味噌

奈良の醸造元から材料を取り寄せ、赤味噌(4㎏)、白味噌(3.75㎏)のいずれかを作ります。

●11月6日(金) 13:00～15:00
●5,584円(材料費含む)

ビーズランプワークショップ

海外から買付けした珍しいビーズを一つひとつ糸に通してランプシェードを作ります。赤&茶、赤&青、ピンク&クリアの3色の中から選べられます。

●10月20日(火) 13:00～15:00
●5,860円(材料費含む)

パーソナルカラー

似合う色を選ぶだけで、「あれ? きれいになった?」と聞かれるくらいあなた自身の輝きがアップします。

●10月28日(水) 10:30～12:00
●3,564円(カラーシート代含む)

NTTドコモの はじめてのiPad miniセミナー

情報が簡単に調べられるiPad miniを一人1台貸し出して、使い方を教えます。

●10月2日(金)13:00～15:00 ●2,500円

ガラスでつくるアクセサリー

ベネチアンガラスのミルフィオリなどを組み合わせてペンダントトップを作ります。

●9月30日(水) 10:00～12:00
●6,264円(材料費含む)

手作りのがまぐち教室

約20種類の生地から好きな布を選び、かわいいがまぐち財布やポーチ、通帳入れを作ります。

●10月5日(月) 13:00～15:00 (通帳入れ16:00)
●財布3,564円、ポーチ4,752円 通帳入れ5,244円(いずれも材料費含む)

自分だけのこけしペンを作ろう

おしゃれなインテリアとして注目を集める「こけし」。軽量紙粘土でかわいいこけしペンを作ります。

●9月27日(日)13:30～16:00
●4,104円(材料費含む)

粘土でつくるキノコ

軽量紙粘土でリアルでかわいいキノコ(ベニテングタケ)を作ります。ブログ「こどものにわ」のサワフミホさんが指導。

●9月27日(日)10:00～12:30
●4,104円(材料費含む)

カラーでわかる! こどものほめ方

あなたの価値観を4つのタイプに診断。パートナーやこどものタイプを見ていくと、どんな風にほめてほしいのかが丸わかり! ほめ上手になって、家の中を笑顔にしましょう。

●9月29日(火)10:30～12:30
●2,484円

紙バンドでつくるバッグ

歌手、研ナオコさんが作ることでも知られる紙製のクラフトバッグづくり。色はブラウン、グリーン、ブラックから選択。

●9月2日、10月7日(水)13:00～17:00
●1回3,564円(材料費含む)

カラフルニットで編む 布ぞうり

足裏を刺激し通気性に富んだ草履(スリッパ)。数種から好みの色をお選びください。

●10月5日(月) 10:00～12:00
●4,104円(材料費含む)

アートワックスで星座のチャームをつくろう

ワックスを盛り付けたり削ったりして貴金属の原型を作る技法で、星座のチャームを作ります。シルバーに鋳造後、バレル磨きをして渡します。

●9月30日(水)13:00～15:00
●8,424円(材料費・鋳造・仕上げ代含む)

緩和病棟臨床アロマセラピストが教える 簡単アロマハンドマッサージ

アロマの香りは脳を刺激し、認知症対策の改善に効果が期待されています。お疲れ、家族のケアに。

●10月3日(土)10:00～12:00
●4,104円(教材費含む)

基礎から学ぶ 大人の整理収納

整理・整頓・収納・掃除の違いから、モノの減らし方までを学びます。プロが使用する収納用品も紹介します。

●10月4日(日)10:30～12:00
●3,024円

書類の整理収納 ～ファイリング～

プリントや契約書、取扱説明書など様々な書類を整理収納。プロが使用する用品の紹介から分類の仕方まで幅広く学びます。

●10月4日(日)13:00～14:30
●3,024円

こどもはみんな芸術家! ピカソプロジェクト

遊びの中で「センスの種」を身につける創作活動。「テトラード」という配色技法を、遊びながら体験し、自分だけの鳥を描きます。

●11月14日(土) 11:00～12:00、13:30～14:30
●子供一人1,404円(いろくみパレット付き)

マナ・カード ワークショップ

ハワイの神話や文化、歴史、植物などを基にして出来た44枚のカードから、あなたに必要なメッセージをお伝えします。

●10月17日(土) 10:30～12:00
●2,484円

外反母趾 ～一般人からアスリートまで～

外反母趾は歩行の乱れなどで進行し、そのバランスの崩れから、腰やひざなどに負担をかけ痛みの原因にもなります。外反母趾の正しい知識と症状回復及び歩行改善を目指す講座です。

●10月18日(日) 13:00～16:00
●4,644円(テープ1本含む)

緩和病棟臨床アロマセラピストが教える 簡単アロマフットマッサージ

「第2の心臓」と呼ばれるふくらはぎをアロマオイルでマッサージ。全身の循環もよくなります。家族にもできるセルフマッサージ法が学べます。

●10月3日(土)13:00～15:00
●4,104円(教材費含む)

整理収納アドバイザー2級認定講座

基本的な整理の考え方、具体的な整理の方法や実践的な収納のコツを事例を交え、楽しく学びます。NPO法人ハウスキーピング協会認定講座です。

●11月1日(日) 10:00～17:15(休憩あり)
●23,100円(認定料、テキスト代含む)

デューク更家の
ウオーキングエクササイズ

身体感覚を磨きながら、しなやかな心と体を作ります。ダイエット効果も期待できます。

●第2・4(水)19:00～20:30
●16,200円(3か月)
●体験 9月9日、30日(水) 1,404円

テレビで話題沸騰！
腰掛タップダンス

つまずき、転倒防止にぴったりの健康維持法を、元タカラジェンヌ鷹悠貴さんとご一緒に。

●第1・3(火)11:00～12:00
●12,960円(3か月)、初回教材費700円
●体験 9月15日(火)、1,404円

美村式　～肩甲骨＆骨盤エクササイズ～
スタイルアップレッスン

肩甲骨や骨盤周りをほぐし、正しい立ち方、歩き方を習得します。部位別エクササイズも。

●第2・4(月)19:00～20:10
●12,960円(3か月)
●体験 9月14日、28日(月) 1,404円

ヴィオラトリコロール
ピラティスエクササイズ

リハビリに考案されたエクササイズ。美容だけでなく日常生活に取り込むことで、予防医学として注目を集めています。

●第2・4(火)18:00～19:10、19:20～20:30
●9,720円(3か月)
●体験 9月8日、29日(火)、1,404円

メタボ解消に
男ヨガ

体脂肪の燃焼を促し血液をきれいにするヨガで、気になるお腹の出っ張りにサヨナラ～。

●第1・3(日)10:30～12:00
第2・4(日)13:00～14:30
●11,664円(3か月)
●体験 9月6日、13日、20日、27日(日)、1,404円

お勤め帰りの
フレッシュフラ入門

自然の美しさを手の動きで表現します。ハワイアン音楽で心身をリフレッシュに。

●第1・3(月)
19:00～20:30
●11,664円(3か月)
●体験 9月7日、21日(月)、1,404円

エゴスキュー体操

エゴスキュージャパン認定トレーナーが、肩や腰、ひざの痛みを解消させる体操を指導。自己治癒力を高めましょう。

●第1・3(木)15:30～16:45
●12,960円、教材費1,080円(いずれも3か月)
初回テキスト1,836円
●体験 9月3日、17日(木)、1,404円

養生・アンチエージングに
太極拳

動きを通して血行をよくし、基礎体力を作る健康法です。ハードな運動が苦手な人におすすめ。

●毎週(金)18:30～20:00
●16,848円(3か月)
●体験 9月18日、25日(金) 1,404円

NYパワーヨガ

太りにくい体質、姿勢矯正、アンチエージング、美肌ケア、リラックス効果が期待できます。

●第2・4(土)
10:30～11:50
●12,312円(3か月)
●体験 9月12日、26日(土)、1,404円

シェイプアップボクササイズ

ボクサーの減量とトレーニング法をアレンジ。全身を引き締め、爽快感が得られるエクササイズです。

●毎週(水)
20:10～21:00
●8,640円(1か月)、初回教材費756円
●体験 9月16日、30日(水)、1,404円

姿勢改善
バレエエクササイズ

バレエの基本を取り入れ、しなやかな体づくりを目指します。気軽に始められる大人のためのバレエです。

●第2・4(土)
10:30～12:00
●11,664円(3か月)
●体験 9月12日、26日(土)、1,404円

あっくん先生の
やさしい社交ダンス入門

現役プロダンサーが楽しく指導。気軽に踊ってみませんか。

●第1・3(水)
15:30～17:00
●9,720円(3か月)
●体験 9月16日(水) 1,404円

押絵・木目込み人形

新しい感覚で仕上げる押絵・木目込み人形は、愛着、喜びが格別です。

●第2・4(火)10:00～12:00
第2・4(土)10:00～12:00
●12,960円(3か月)、材料費別
●体験 9月8日、29日(火)、9月12日、26日(土)、1回2,404円(材料費含む)

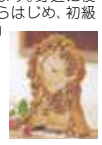
10月17日スタート　ロシアの伝統的絵付け
ジョストボペインティング

花や鳥、果実などをアクリル絵の具で描く美しい工芸品です。

●第1・3(土)
10:00～12:00
●17,820円(3か月)
材料費別、初回教材費7,888円
●体験 10月3日(土)、2,700円(材料費含む)

10月14日スタート　渡辺二笙の
暮らしを豊かにする木彫

彫刻刀の持ち方から指導します。身近に使える写真額やペン皿などからはじめ、初級カリキュラム修了後は自由制作に取り組めます。



●第2・4(火)10:00～12:00
●12,960円(3か月)、材料費別
●体験 9月8日、29日(火)
1,944円(材料費含む)

ハワインアンフラダンス

心地よい音楽に身をゆだねて踊りましょう。美容とシェイプアップに効果的です。

●毎週(水)
11:45～13:00(本科)
13:00～14:30(専科)
●14,580～17,820円(3か月)
●体験(本科) 9月16日、30日(水)、1,404円

オリエンタルベリーダンス

エジプト発祥の古代最古の身体芸術です。基礎の動きをメインにしたベリーダンスは、ダイエットにも最適です。

●第1・3(水)19:00～20:00
●16,200円(3か月)
●体験 9月16日(水)
1,404円

大人のための
やさしいバレエ

バレエの基本を取り入れ、しなやかな体づくりを目指します。気軽に始められる大人のためのバレエです。

●第1・3(土)10:30～12:00
第2(木)15:30～17:00
第4(木)14:00～15:30
●月2回12,960～月4回25,920円(3か月)
●体験 9月10日、24日(木)、9月5日、19日(土)、1回1,404円

10月14日スタート　入会金不要　アジュカジュの
すぐに始められる雑貨屋さん

時間も費用もかけず、委託販売ができる雑貨屋さんを始めてみませんか。選択受講可。案内を送ります。

●第2(水)10:00～12:00　●1回2,484円

11月17日スタート　入会金不要　ヘリテージDECO
日本ヴォーグ社認定ディプロマ講座

美しい紙の絵柄を切り抜き、身の回りの雑貨から家具までを装飾するイタリア発祥の手工芸を12回で習得。資格が取得できます。

●第3(火)13:00～15:00
●6回16,200円、材料費32,400円

ハイセンスな袋物工芸

現代ファッションにマッチしたショルダーや手提げバッグを作りませんか。

●第1・3(木)10:00～12:00
●12,960円(3か月・本科)
材料費別
●体験 9月3日、17日(木)、2,364円(材料費含む)

コスチュームジュエリーとアクセサリーメーキング

おしゃれなアクセサリーづくりの技術を習得しましょう。体験は「花のグラスコード」を作ります。

●第1(火)13:00～15:30
●8,100円(3か月)
材料費別
●体験 10月6日、4,078円(材料費含む)

末生流中山文甫会

新しい草花を取り入れた現代感覚の新花や、住空間に飾る小品サイズの明花の生け方を学びます。

●第1・2・4(木)18:30～20:30
●14,904円(3か月・本科)
花材費別
●体験 9月10日、24日(木)、2,268円(花材費含む)

入会金不要
デコ巻きずし

子供に人気のキャラクターを太巻きに。お弁当やパーティーに喜ばれます。

●9月8日、29日(火)
10:30～12:00
●2回7,000円(材料費含む)

エレガンスジュエリー
グルーデコ

クリスタルガラスを多彩に使ったアクセサリーで、若い女性を中心に人気を集めています。講師の道も。

●第3(木)10:30～12:30
●6,480円(3か月)、材料費別
●体験 9月17日(木)、4,104円(材料費含む)

カルトナージュ

ジュエリーボックスやフォトフレームなど、ヨーロッパの布や紙を装飾して作ります。

●第1(火)
13:00～16:00
●9,720円(3か月)、材料費別
●体験 10月6日(火)、4,404円(材料費含む)

藤戸禎子の
タティングレース

繊細で優雅、気品ただようタティングレース。ネックレスやストールを作ります。

●第1・3(火)10:00～12:00
●12,960円(3か月)
初回教材費1,500円程度
●体験 9月15日(火)
2,684円(材料費含む)

季節の花アレンジ
～花の色彩学～

色の特性や効果的な配色を学び、生花・ドライ・プリザーブドフラワーなど多彩な素材でアレンジメントを楽しみます。

●第2・4(木)18:30～20:30
●12,960円、花材費別
●体験 9月24日(木)、3,564円(花材費含む)

華道未生流

家元、和田高甫さん直伝の教室。現代生活にマッチした豊かな感性と技術を身に付けます。フリータイム制。

●第1・2・4(火)16:00～20:30
●14,904円(3か月・本科)、花材費別
●体験 9月8日、29日(火)、2,268円(花材費含む)

10月26日スタート　入会金不要　スイーツレポーター
ちひろの厳選スイーツお取り寄せ

「よ～いドン！」の人気コーナー「本日のオススメ3」に登場するちひろさんが全国から取り寄せた厳選スイーツが登場。毎回、3種類の異なるスイーツの食感、風味を味わいながら、美味しさを追求していただきます。

●10月26日、11月23日(月)13:30～15:00
●2回11,000円(教材費含む)
※1回のみの参加も可(5,500円)、要予約

入会金不要
切らずにできる作り帯

ハサミを使わず、6か所を糸で留めるだけで完成する「お太鼓」の帯づくり。帯はご持参ください。

●9月28日(月)
13:00～16:00
10月26日(月)
13:00～16:00
●1回4,104円

鮮やかな絹糸でつくる
ゆびぬき

絹糸で模様を作り、ゆびぬきに仕上げます。ピアスやブレスレットなどアレンジ自在です。

●第1・3(水)
13:00～15:00
●12,960円(3か月)、材料費別
●体験 9月16日(水)、2,604円(材料費含む)

トルコのかわいいレース手芸
イーネオヤ

縫い針1本を使って平面や立体の編み物を作り出す、世界でも珍しい技法のトルコ手芸です。

●第3(日)10:00～12:30
●11,340円(3か月)、初回教材費1,400円
●見学 9月20日(日)11:00～

ナチュラルガーデニング

テレビ出演するガーデンデザイナーが、庭造りを愛らしく演出する雑貨などを取り入れた寄せ植えを教えます。

●第3(月)10:00～12:00
●8,100円、花材費9,720円(いずれも3か月)
●体験 9月21日(月)、4,644円(花材費含む)

シックフラワーアレンジメント

ヨーロッパのデザインに和の心を重ねる花の生け方を学びます。ドライ＆プリザーブド、ブライダルコースもあります。

●第1・3(火)10:30～12:30
●12,960円(3か月)、花材費別
●体験 9月15日(火)、3,888円(花材費含む)

講座の体験・見学も受け付けています。

http://www.oybc.co.jp

今がお得！ 1回1,404円で体験できます

★見学もお気軽にどうぞ(無料・20分)※一部の講座を除く

お申し込みは・お問い合わせは
☎ 072-222-2030
✉ sakai@oybc.co.jp

ヘアクセスを。

ご案内
※体験料には教材費も含まれます。※定員があります。お申し込みはお早めに。
※音楽著作権料をいただく講座もあります。※講座によっては時間を短縮するものもあります。※体験日以外でも1回受講できます。

■公開講座■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
笑福亭学光の「お役に立ち隊」養成	①③月曜 13:00～15:00	16,200円	9/7
世界のニュースがまるわかり英字新聞を読む	④土曜 13:30～15:00	3,240円	9/26 1,554円

■文芸・教養・外国語■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
俳句を学ぶ	②④水曜 13:00～15:00	12,960円	9/9、30
花や鳥と対話する俳句を…	②④月曜 10:00～12:00	12,960円	9/14、28
クリーク英会話	①③④金曜 10:00～11:00(初級) 11:15～12:15(中級)	17,496円	9/18、25
ハングル！(韓国語)	①③土曜 10:00～12:00	16,200円	9/5、19
話そう・韓国語・初級	①③火曜 18:35～19:35	12,960円	9/15
できる韓国語・中級	①③火曜 17:15～18:30	14,904円	
素敵なフランス語	②④木曜 13:00～14:30	16,200円	9/10、24
声に出して楽しむ朗読エクササイズ	②④月曜 15:30～17:00	12,960円	9/14、28 1,454円
はじめての法話と写経	④月曜 10:30～12:00	8,100円	
古文書入門	①③木曜 10:30～12:00	12,960円	9/17 1,744円

■占い・趣味・実用■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
おもしろ心理～きらめきセミナー～12回	④木曜 13:00～15:00	6,480円	9/24
易学入門	②④月曜 10:00～12:00	16,200円	9/14、28
幸せをよぶ風水学	②④月曜 12:30～14:00	16,200円	9/14、28
イメージで覚える易タロット	③火曜 13:00～15:00	9,720円	9/15
基礎から学ぶ実践おもしろ四柱推命	②④水曜 19:00～20:30	19,440円	9/9、30
やさしい女性健康麻雀	②④土曜 13:00～15:00	12,960円	9/12、26

■占い・趣味・実用■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
囲碁実戦道場(初級)	①③日曜 10:00～12:00	8,100円	9/6、20
囲碁実戦道場(経験者)	毎週日曜 13:00～15:00	16,200円	
坊主バー＆カフェ	③木曜 19:00～20:30	4,860円	9/17 1,944円

■書道・美術■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
実用書道ペン習字	①③火曜 13:30～20:00	(初級)12,960円 (中級)14,580円 (上級)16,200円 各2時間	9/15
	①③水曜 10:00～20:00		9/16 1,704円
	①③木曜 13:00～20:00		9/3、17
	①③日曜 10:00～12:00		9/6、20
筆ペンとボールペン	①③水曜 10:00～12:00 13:00～15:00 15:30～17:30	9,720円 (子ども)8,100円 (親子)12,960円	9/16 1,704円
美しい氏名の書き方から習う	①③水曜 13:00～14:30 19:00～20:30	9,720円	9/16 1,704円
らくらく美文字	①③木曜 10:00～11:30		9/3、17
はじめての篆刻	①③木曜 13:00～15:00	12,960円	9/3、17 2,404円
水曜油絵	②④水曜 13:00～15:30	12,960円	
日曜デッサン・水彩画	①③日曜 13:00～15:30	16,200円	9/6、20
デッサン・水彩画	②④月曜 10:30～12:30	14,904円	9/14、28
水彩画	①③火曜 13:30～15:30		9/15
日曜日本画	②④日曜 13:00～15:30	14,904円	9/13、27 1,944円
ボタニカルアート	①③金曜 13:00～15:00	12,960円	9/4、18
ポストカードに描く小さな水彩画	③水曜 10:00～12:00	8,100円	9/16 見学会
色えんぴつで楽しむ写仏彩色	③火曜 13:00～15:00	6,480円	9/15 2,204円
心つなぐはがき書画	②金曜 10:00～12:00 13:30～15:30	6,480円	9/11 見学会

■書道・美術■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
水墨画入門	②④水曜 13:00～15:00	16,200円	9/9、30 1,654円
	②④土曜 10:00～12:00		9/12、26 1,654円
初歩からの水墨画	②④月曜 10:00～12:00	16,200円	9/14 1,904円
筆ペンはがき絵	①または③水曜 13:00～15:00	8,100円	9/16 1,704円
俳画	②金曜 13:00～15:00	11,340円	9/11 見学会
楽しい花の一筆画	④金曜 13:30～15:00 15:00～16:30	(1タイム)8,100円 (2タイム)12,960円	9/25 13:30～ 1,904円
絵手紙	②月曜 13:00～15:00	6,480円	9/14
楽しい仏画	②日曜 13:00～15:00	11,340円	9/13 1,904円
仏像彫刻	①日曜 13:00～15:00	8,100円	9/6 2,004円
	④木曜 10:00～12:00		9/24 2,004円

■生け花・フラワーアレンジメント■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
池坊	①③水曜 19:00～20:30	(本科)10,368円	9/16 2,268円
小原流	①②③月曜 17:30～20:00	(本科)14,904円	9/14、21 2,268円
嵯峨御流	②④水曜 19:00～20:30	(本科)10,368円	
プリザーブドフラワーアレンジメント	①木曜 10:30～12:30	12,960円(6か月)	9/3 3,564円
	②木曜 18:30～20:30		9/10 3,564円
ナチュラルフラワーアレンジ＆ディスプレイ	③水曜 18:30～20:30	(コーディネート)6,480円 (マスター)8,100円	9/16 4,104円
フラワーコーディネーター・パリスタイル		8,100円	9/16 4,644円
ダッチディプロマコース	①③月曜 18:30～21:00	25,920円	9/21 4,644円
ヨーロピアンフラワーアレンジメント		16,200円	9/7 4,644円
花の演出	③火曜 10:30～12:30	6,480円	9/15 4,320円

お申し込み・お問い合わせ・資料請求は、よみうり堺文化センターへ。☎072-222-2030

大石悦子の俳句セミナー「秋」

9月26日 入会金不要

句集「有情」で第59回俳人協会賞を受賞した大石悦子さんを講師に、秋の句を詠みましょう。実作を通して俳句の約束ごとを学び、さらに一段上の境地に遊びます。

プロフィール 1954年俳誌「鶴」入会。石田波郷、石塚友二、星野麥丘人に師事。84年第30回角川俳句賞、87年第10回俳人協会新人賞、2004年 第5回俳句四季大賞を受賞。NHK俳句選者で人気を博した。現在、鶴同人、俳人協会評議員、日本文芸家協会会員を務める。

●9月26日(土)13:30～15:30
●2,500円(一人1句投句、講評付き)
※会場は読売大阪ビル(大阪市北区)

前出英子のくらしのリフォーム

「間取りが悪い」「収納が少ない」「片づけが苦手」などの悩みを、テレビで活躍する〈リフォームの達人〉が解決します。

●第1(火)13:00～15:00
●6,480円(3か月)
初回テキスト2,300円
●体験 10月6日(火)、1,404円

ハワイのセラピーカード マナ・カード

11月21日スタート

ハワイの神話や文化、歴史、植物などを基にして出来た44枚のカードから、あなたに必要なメッセージをお伝えします。カードを引いて、無理なく前向きになれるようアドバイスします。ハワイ好きな人は大歓迎。

●第3(土)10:30～12:00
●9,720円(3か月)
マナ・カード4,860円
※12回コース(途中入会不可)

杉本蘭華の やさしい四柱推命

テレビや雑誌で活躍する蘭華さんの教室です。

●第2(土)15:30～17:30
●8,100円
●体験 9月12日(土)
1,604円(材料費含む)

10月15日スタート 美術館へ行こう。でも、ちょっと、その前に。

入会金不要

あべのハルカス美術館で「錦絵誕生250年 春信一番！写楽二番！フィラデルフィア美術館浮世絵名品展」が開催されます。春信と写楽が目玉。楽しみですねえ。美術館に直行する前に、ちょっと、浮世絵についてお勉強。浮世絵の見方が変わります。

(三代目大谷鬼次の江戸兵衛) 東洲斎写楽 寛政6年(1794) フィラデルフィア美術館蔵 Philadelphia Museum of Art: The Samuel S. White 3rd and Vera White Collection, 1956

●10月15日(木)10:00～11:30
●2,500円(鑑賞券付き)
●岸 文和(同志社大学文学部教授)
※会場は、あべのハルカス会議室(大阪市阿倍野区)

9月12日スタート いま、古市古墳群の謎に挑む(後編)

入会金不要

4世紀末、百舌鳥・古市の河内平野に突如、展開し始めた世界屈指の墳墓群。その築造は古市の石川流域で始まりました。墳丘長200mを超す前方後円墳は百舌鳥3基に対して古市7基。その被葬者と支えた王権の謎を読み解きます。案内を送ります。

応神陵古墳(読売新聞撮影)

●第2(土)13:00～15:00 ●1回1,200円

四季を楽しむ俳句

よみうり俳壇(京都)選者の岩城久治先生が、俳句を作るための知識と技能を手ほどきします。

●第2・4(水)
10:00～12:00
●12,960円(3か月)
●体験 9月9日、30日(水)
1,404円

おしゃべりを楽しもう 英会話教室

セシル先生がレベルに合わせて表現力と応用力が身に付くよう指導します。

●毎週(月)15:30～16:45(上級)
第1・3・4(月)17:00～18:30(初級)
第1・3・4(月)18:45～20:15(フリートーキング)
●17,496～19,440円(3か月)
●体験 9月21日、28日(月)、1,404円

源氏物語を読む 第3部「匂宮」「紅梅」「竹河」

和歌の貴公子、林和清さんがロマンあふれる語り口で、平安の雅な世界へ誘います。

●第2(月)12:30～14:00
●12,960円、教材費612円
(いずれも6か月)
●体験 9月14日(月)、1,514円(材料費含む)

色鉛筆画

運筆表を基に筆圧、グラデーションを練習し、リンゴやレモン、風景描写へ進みます。野外写生もあります。

●第2・4(木)10:30～12:30
●12,960円(3か月)
●体験 9月10日、24日(木)、2,484円(材料費含む)

カリグラフィー

専用ペンで美しい飾り文字を描きます。

●第2・4(火)
10:30～12:30
●12,960円(3か月)、初回教材費6,000円
●体験 9月8日、29日(火)、1,954円(材料費含む)

中国水墨画

花鳥画の描き方や構図の取り方を、基本から習得します。

●第2・4(木)
10:00～12:00
●16,200円(3か月)
●体験 9月10日、24日(木)、1,404円

お気軽ピアノレッスン

好きなメロディー、思い出の曲を電子ピアノで弾いてみませんか。初心者歓迎、個人レッスンです。

●第1・3(木)12:15～15:05(30分・予約制)
●14,904円(3か月)
●体験 9月3日、17日(木)、1,404円

日本の音色 はじめての篠笛

祭囃子や和太鼓の舞台などで奏でられる日本古来の横笛「篠笛」で、親しみのある曲を練習します。

●第1(金)13:30～15:00
●9,720円(3か月)
初回教材6,480円
●体験 9月4日(金)、1,404円

民謡三味線・藤本流

三味線の伴奏で、全国各地の民謡を楽しく唄いましょう。三味線の指導もあります。

●第1・2・4(火)
15:30～17:30
●18,468円(3か月)
●体験 9月8日、15日(火)、1,404円

チョークアート

黒板にオイルパステルで描くアート。季節ごとにウェルカムボードを作ってみませんか。

●第3(土)13:30～15:30
●8,100円(3か月)、初回教材費6,000円程度
●体験 9月19日(土)、2,044円(材料費含む)

お勤め帰りの 絵画教室

個性とレベルに合わせた指導で、水彩や油絵など自在な画材で楽しめます。

●第2・4(水)18:30～20:00
●14,904円(3か月)
●体験 9月9日、30日(水)
1,404円

俳画入門

一人ひとりの目の前で画帳に季節を先取りした絵を描き、筆法を伝授します。

●第1・3(火)10:00～12:00
第2・4(日)13:00～15:00
●14,580円(3か月)
●体験 9月15日(火)、9月13日、27日(日)
1回1,404円

新曲マスターカラオケ

ヒット曲やポピュラー歌謡曲を中心にレッスン。人前であがらず歌えるよう元カラジェンヌが指導します。

●第1・3(水)10:00～12:00
●16,200円(3か月)
●体験 9月2日、16日(水)、1,404円

50代からの カラオケ

楽しい仲間づくりをモットーに、月に1曲、分かりやすく丁寧に指導します。女性専科。

●第1・3(月)10:00～12:00
●14,904円(3か月)、教材費別
●体験 9月7日、21日(月)
1,604円(材料費含む)

ウクレレ・ハワイアン

楽譜の読めない初心者から経験者まで、衣川祐三さんの指導で上達間違いなし。

●第1・3(金)18:30～20:00
●19,440円(3か月)
初回テキスト4,000円
●体験 9月4日、18日(金)、1,404円

親子で囲碁入門

碁のルールを一から説明。小盤で実戦を体験します。

●第2・4(日)10:30～12:00
●親子2人で9,720円
教材費500円(いずれも3か月)
子供1人(6,480円)
大人1人(8,100円)でも受講できます
●体験 9月13日、27日(日)、1,404円

入会金不要 仲村勇の 裸婦デッサン

モデルを使った裸婦デッサンを中心に学習します。

●第4(土)13:30～16:30
●3,564円(1か月)
●体験 随時、受け付けます

舞妓も描ける日本画

初心者から日本画が楽しめるよう指導します。写生会では憧れの舞妓さんを描くこともあります。

●第1(土)13:00～16:00
●9,720円(3か月)
●体験 9月5日(土)
1,904円(材料費含む)

アメリカの弦楽器 バンジョー

テレビのテーマ音楽やCMで活躍する吉崎ひろしさんが、フォークからジャズ、ポップスまで幅広く指導します。

●第2・4(火)13:00～15:00
●16,200円(3か月)
●体験 9月8日、29日(火)
1,404円

小林哲朗の工場夜景撮影バスツアー in水島

●11月14日(土)より1泊2日 ●1名1室34,800円(食事:朝1回、昼0回、夜0回)
<1日目>新大阪(10:30発)→児島(瀬戸内海の夕景と水島コンビナート工場夜景を遊覧船より撮影)→鷲羽山(水島工場地帯一帯が眼下に広がります)→亀島山(異なる角度から工場地帯を撮影)→ベッセルホテル倉敷(泊)
<2日目>倉敷→(赤穂市や姫路市の講師おすすめ工場撮影スポットへご案内)→新大阪(20:00着予定)
●小林 哲朗(フォトグラファー)
コース番号 G0475-848

お申し込み・お問い合わせは
「近鉄グループ クラブツーリズム 関西テーマ旅行センター」
☎06-6733-0090
(受付9:15～17:30/日・祝日は休業)
〒542-8566大阪市中央区難波4-1-15、近鉄難波ビル9階(観光庁長官登録旅行業第1693号)

※詳しい旅行条件を説明した書面を送りますので事前にご確認の上、お申し込みください。
※価格は税込み。
※添乗員同行。
※最少催行人数20人。
【企画】よみうり堺文化センター
【旅行企画・実施】
近鉄グループ クラブツーリズム

学研科学実験

学校では体験できない身近な「なぜ?」を科学で学びます。6～12歳対象。

●第1・3(土)10:30～12:00
●11,016円、教材費3,888円(いずれも3か月)
●体験 9月5日、19日(土)、2,700円(教材費含む)

書　道

美しい文字が書けることは、それだけでもすばらしく価値あるものです。趣味と実益を兼ねて、楽しいムードで学びましょう。各2時間。※ペン習字、ボールペン講座もあります。

●毎週(火)13:00～20:00(井上 嘯風)　毎週(木)13:00～20:00(高橋 清陽、玉野 美舟)
毎週(金)10:00～20:00(山本 青杏)　第1・3(水)10:00～20:00(片岡 明澄、上村 昴鶴)
第1・3(日)10:00～12:00(谷口 飛泉)　●受講料はお問い合わせください
●体験 9月8日、15日(火)、9月3日、17日(木)、9月18日、25日(金)、9月6日、20日(日)、1回1,404円
9月16日(水)、1,704円(教材費含む)

受講案内

※講座はすべて予約制です。ほとんどの講座は、いつからでも受講できます(一部の講座は除く)。お問い合わせください。※受講料とは別に、校費(保険料や事務手数料など)1か月324円が必要です※教材費、テキストが必要な講座もあります。ご確認ください。※定員に満たない講座は中止することもあります。※体験料や1回のみの受講料には校費が含まれています。

今がお得！1回1,404円で体験できます

■生け花・フラワーアレンジメント■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
小山内健のバラの魅力	②木曜 13:30～15:30	7,452円	9/10 2,804円

■手工芸■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
現代押し花アート～カトレアコース～	①金曜 10:00～12:00	6,480円	9/4 3,904円
ロザフィ	②④月曜 13:30～15:30	12,960円	9/14、28 2,264円
レフカラレース	③日曜 13:00～15:00	7,776円	9/20 見学会
ジョストボペインティング	②木曜 13:00～17:00	17,820円	9/10 3,564円
ステンドグラス	①③木曜 10:00～12:00	16,200円	
韓国の針仕事 ボジャギ	①水曜 10:30～12:30	9,720円	10/7 3,556円
ハワイアン・リボンレイ	④水曜 10:30～12:30	6,480円	9/30 2,204円
戸塚刺しゅう	②④木曜 10:00～12:30	12,960円	9/10、24 2,904円
パッチワーク・キルト	①③火曜 10:00～12:00	12,960円	9/15 3,404円
ハワイアンキルト	③金曜 10:30～12:30	6,480円	9/18 1,904円
ミニチュアきものおもいで・うしろ姿	④火曜 12:30～16:30	16,200円	9/29 見学会
ビーズアクセサリー	②④月曜 13:00～15:00	12,960円	
デリカビーズ織り			9/14、28 2,484円
ビーズステッチ	①火曜 13:00～15:00	8,100円	
押し花アート	①土曜 13:30～15:30	(初級) 9,072円	9/5 2,404円

■手工芸■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
ちりめん手芸	②④火曜 10:00～12:00	12,960円	9/8、29 2,604円
	②④土曜 10:00～12:00		9/12、26 2,604円
手毬	①③水曜 13:00～15:00	12,960円	9/16 2,604円
スラリークラフト	④金曜 13:00～15:00	6,480円	9/25 2,204円
石飛昌子のちぎり絵	①③月曜 10:00～12:00	12,960円	9/7 3,004円
チャイナペインティング	④土曜 10:00～12:00	9,720円	
ワンストロークペインティング	①月曜 10:00～15:00	(月1回) 16,200円 (月2回) 32,400円	9/7、21 2,404円
	③月曜 10:00～15:00		
ディップアートフラワー	①火曜 10:00～12:00	6,480円	10/6 2,404円
シャドウボックス	③金曜 12:30～15:30	9,720円	9/18 7,704円
ソープカービング	③水曜 10:00～12:00 13:00～15:00	8,100円	9/16 13:00～ 1,854円
バードカービング	④土曜 12:30～16:30	16,200円	9/26
粘土でつくるミニチュアフード&スイーツ	②木曜 10:30～12:30	15,552円 (6か月分)	9/10 11:00～
ヴィクトリアン・フラワークラフト	②火曜 13:00～15:00	7,128円	
ポーセラーツ	②月曜 10:30～12:30	8,100円	9/14 3,304円

■服飾・着付け■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
洋裁(ドレメ式)	毎週金曜 10:00～12:00	19,440円	9/18、25 見学会
着付け	①③木曜 18:00～20:00	(本科) 6,480円	9/3、17
アトリエSoraの編み物	②④火曜 13:00～15:00	12,960円	9/8、29 2,484円

■踊り・ダンス■

講座名	曜日・時間	受講料(3か月分)	体験日・教材費
創美新舞踊・大内流	毎週金曜 10:00～11:30	16,848円	9/11、18
日本舞踊・西川流	毎週金曜 11:30～13:00	18,144円	
小泉流新舞踊・古典小曲	毎週月曜 14:00～16:00	17,172円	9/14
若柳流日本舞踊・新舞踊	毎週木曜 15:30～17:30	19,440円	9/10、24
歌謡舞踊・牧園流	②④水曜 15:30～17:30	9,720円	9/9、30
	毎週水曜 15:30～17:30	19,440円	
クラシックバレエ入門	毎週木曜 19:00～20:30	23,328円	9/10、24
法村友井バレエ	毎週土曜 18:30～20:00	23,328円	9/19、26
タヒチアンダンス	②④木曜 19:50～20:50	9,720円	9/10、24
50歳からのベリーダンスエクササイズ	②④水曜 18:20～19:10	14,904円	9/9、30
ベリーダンス(ターキッシュ)	②④水曜 19:15～20:05	15,552円	
お勤め帰りのフレッシュ・フラ(入門)	②④木曜 18:30～19:45	11,664円	9/10、24

今がお得！ 1回1,404円で体験できます

★見学もお気軽にどうぞ（無料・20分）※一部の講座を除く

お申し込みは・お問い合わせは
☎ 072-222-2030
✉ sakai@oybc.co.jp

■踊り・ダンス■

講座名	曜日・時間	受講料（3か月分）	体験日・教材費
井上ケイのアロハ・フラ	毎週木曜 10:30～11:30（初級） 11:45～13:15（中級）	（初級）15,552円 （中級）19,440円	9/10、17
	①②③木曜 14:00～15:00（入門）	（入門）11,664円	
	②④日曜 11:00～12:00	10,368円	9/13、27
ハワイアン・フラ	①③火曜 13:30～14:30	11,016円	9/15
入門！ハワイアンフラ	①③金曜 15:30～16:30	11,016円	9/4、18
南京玉すだれ	②④月曜 15:30～17:30	14,256円	9/14、28 15:00～17:00

■音楽・楽器■

講座名	曜日・時間	受講料（3か月分）	体験日・教材費
誰でも唄える魅惑のシャンソン	④火曜 10:30～12:00	8,100円	9/29 1,504円
沖縄三線	①③土曜 15:00～17:00（入門） 12:45～14:45（中級）	12,960円	9/5、19
二胡入門	①③土曜 11:00～12:00	22,680円	9/5、19
アコースティックギター	①③月曜 13:00～15:00	16,200円	
すぐ弾ける津軽三味線	②④水曜 18:30～19:30（初級） 19:30～20:30（中級）	（初級）19,440円 （中・上級）19,440円	9/9、30
テルミン入門	①③土曜 17:30～19:00	16,200円	9/5、19
大正琴	①③水曜 13:00～15:00	（初級）12,960円	9/16 1,444円
童謡ハーモニカ	①水曜 10:30～11:30	12,960円	10/7
	④土曜 10:30～11:30		9/26

■音楽・楽器■

講座名	曜日・時間	受講料（3か月分）	体験日・教材費
50才からの楽しいキーボード	①③金曜 12:30～14:00 14:10～15:40 15:50～17:20	16,200円	
ボイストレーニング	②④水曜 10:30～12:00	12,960円	9/9、30 1,512円
ボイストレーニング	②④火曜 10:00～12:00	16,200円	9/8、29
ボイストレーニング（個人/30分レッスン）	②④火曜 12:45～15:15	8,640円（1か月分）	9/8、29 1,824円（20分）
ジャズボーカル	②④木曜 10:00～11:30	16,200円	9/10、24
詩吟	②④金曜 18:00～20:00	15,552円	9/11、25
ジョイフル・ゴスペル	①③土曜 14:00～15:15	16,200円	9/19
歌を作ろう	①③金曜 15:30～17:30	12,960円	9/4、18

■健康・スポーツ■

講座名	曜日・時間	受講料（3か月分）	体験日・教材費
スポーツ吹矢	②日曜 13:00～15:00	5,832円	9/13 1,554円
	④日曜 13:30～15:30		9/25 1,554円
アイアンガーヨガ	②④土曜 17:30～19:00	12,960円	9/12、26
生命の力を甦らせるいきいきヨガ	毎週月曜 10:00～11:30 12:00～13:30	17,820円	9/14、28
スタンダード・ハタヨガ	毎週金曜 10:30～12:00	17,820円	9/11、18
さわやかヨガ	①③金曜 18:30～20:00	9,072円	9/11、18
	②④金曜 18:30～20:00		
	毎週金曜 18:30～20:00	17,820円	9/11、25

■健康・スポーツ■

講座名	曜日・時間	受講料（3か月分）	体験日・教材費
ストレッチヨーガ	毎週水曜 13:15～14:45	17,820円	9/16、30
骨盤整体ヨガ	①③日曜 13:30～15:00	11,664円	9/6、20
太極拳	毎週土曜 18:30～20:00	17,820円	
らくらく整体法	①②③水曜 10:50～12:20	16,200円	9/9、16
自彊術体操	①②③水曜 10:00～11:30	13,419円	9/9、16
フレッシュ健康体操	①③④火曜 15:00～16:30	14,580円	9/15、29
空手道・糸東流	毎週日曜 10:30～12:30	16,200円	9/20、27
寝たまま「骨盤ゆらぎ体操」	②金曜 13:45～15:00	6,480円	9/11
肩こり腰痛改善ヨガ	②④火曜 13:00～14:30	12,960円	9/8、29

■子ども教室■

講座名	曜日・時間	受講料（3か月分）	体験日・教材費
クラシックバレエ	毎週木曜 17:30～18:30	23,328円	9/10、24
法村友井バレエ	毎週土曜 16:00～17:00（初級） 17:00～18:30（中級）	（初級）22,032円 （中・上級）23,328円	9/19、26
子供空手道・糸東流	毎週日曜 10:30～12:00	14,580円	9/20、27
書道	①③水曜 15:30～17:30	11,340円	9/16 1,704円
	毎木曜 15:30～17:30	14,580円	9/3、17
	毎火曜 15:30～17:30	14,580円	
	①③日曜 10:00～12:00	11,340円	9/6、20

歴史を、文化を、歩きながら学びたい！ ドキドキの「おとなアウトドア」

入会金（5,400円）不要、会員以外の方も受講できます。

カトちゃんのナニワおもしろ文化考

歴史を振り返りながら、おもしろい大阪を探ります。
※案内を送ります。

●講座 9月26日、11月21日（土）10:00～12:00
読売大阪ビル（大阪市北区）
街歩き 10月24日（土）10:00～15:00
●3回3,000円（1回のみ1,100円）
●加藤 譲（読売新聞大阪本社元編集委員）

認知症対策「笑活（わらかつ）」 ～笑いを増やして脳を活性化しよう～

認知機能と深く関わる「笑い」の効果や効能について学び、「笑いの力」を認知症対策に生かす方法を考えます。笑った量を数値で表す「笑い測定機」（通称：アッハ・メーター）の体験もあります。
●10月9日（金）13:00～14:30 ●1,904円
●池田 資尚（NPO法人プロジェクトaH代表）

NTTドコモの はじめてのスマートフォンセミナー

情報が簡単に調べられる他機能携帯「スマートフォン」。一人1台貸し出して使い方を教えます。
●9月18日、25日（金）13:00～15:00
●2回2,484円

萩の寺 はじめての法話と写経

「大阪みどりの百選」にも選ばれた萩の寺で知られる東光院（豊中市）を訪ねます。

●9月28日（月）10:30～12:00
●1,404円、茶菓子代500円
●村山 博雅（萩の寺副住職）

大阪中央卸売市場を見学しよう

＜食い倒れ大阪＞を支える大阪中央卸売市場で競りの様子を見学、年末の仕入れ体験もできます。※案内を送ります。

●12月4日（金）8:30～13:30
●3,324円（昼食代含む）
●さくらい じゅんこ（野菜ソムリエ）

森林インストラクターと行く 四季の森・里山ウオーキング

毎回、6㌔程度のウオーキングを楽しみます。※毎月、案内を送ります。▽10月31日「飯盛山（四条畷市）」▽11月28日「雨山（泉佐野市）」▽12月12日「満願寺・石切山（宝塚市）」

●（土）集合10:00～解散15:00
●5回10,800円（1回のみ2,484円）
●中瀬 重幸ら

史跡を訪ねる ～古都・奈良を中心に～

四季折々の自然を感じながら、古代や中世の歴史に触れてみませんか。※毎月、案内を送ります。▽10月24日「吉備池廃寺・磐余池跡（桜井市）」▽11月28日「岩間山正法寺（大津市）」▽12月12日「平等院（宇治市）」

●（土）集合10:00～解散15:00
●5回10,800円 ●吉川 聡

南都に伝わる国宝の仏像や建造物（美術展鑑賞など）を訪ねます。※案内を送ります。
①9月12日「奈良国立博物館」
②10月3日「東大寺・聖武天皇陵、光明皇后陵」
③11月14日「長岳寺」④12月12日「聖林寺」

●（土）10:00～12:00
●4回9,950円（イヤホンガイド・9月鑑賞券付き）、拝観料別※1回のみ2,500円
●阪田 宗彦（奈良国立博物館名誉館員）

ローズソムリエと行く 小山内健のバラ摘みツアー

バラの話と香りに包まれながらバラ摘みを楽しみましょう。摘んだバラは持ち帰ります。※案内を送ります。

●10月22日（木）集合11:00～解散15:30
●3,672円、交通費実費
●小山内 健（ローズソムリエ）

古地図でたどる大阪

江戸時代や明治・大正時代の古地図を手に、大阪各地をたどります（5～6㌔）。▽10/6「コリアタウンと明治の集落」（生野区）▽11/3「信仰の町・住吉大社からあびこ観音まで」（住吉区）▽12/1「大阪文明開化の地・川口」（西区）※3月まで続きます。

●（火）13:30集合～16:30解散 ※1月のみ16日（土）開催
●6回12,960円
●西俣 稔（大阪案内人）

身近な自然で野鳥を観察しましょう。野鳥の姿を観察し、鳴き声を聞き、鳥の暮らしを覗いてみませんか。探鳥地（5～6㌔）を歩きます。11月「男里川」、12月「大泉緑地」、「百舌鳥古墳群」、2月「大阪城公園」、3月「近木川河口」。※案内を送ります。

●講義 10月19日（月）10:30～12:00
現地 11月2日から（月）集合9:30～解散14:00（12月は2回、1月休講）
●6回12,960円（1回のみ2,700円）
●廣田 博厚（日本野鳥の会・大阪支部幹事）

清水薫の鉄道写真

撮影会と講評会を交互に実施。鉄道とともに周囲の風景やスナップ的要素などを交えた作品を中心に指導します。感じる作品、感じてもらえる作品を作りましょう。※案内を送ります。

●講評会 9月5日（土）10:00～12:00
撮影会 11月22日（日）
●2回5,400円（撮影のみ参加は、3,024円）
●清水 薫（JPS日本写真家協会会員）

小林哲朗の大人の夜景

魅惑の夜景撮影の世界へ一一。肉眼を超越した写真ならではの表現を身に付けます。▽9月「中之島（大阪市北区）」▽10月「本町（同・中央区）」※案内を送ります。

●9月18日、10月16日（金）19:00～21:00
●2回5,800円
●小林 哲朗（フォトグラファー）

太閤秀吉の死に誘引された関ヶ原の戦の後、豊臣政権の一掃と天下掌握に向け、築城の名手、藤堂高虎に命じて周到に配置された徳川（幕府）方の城郭を群として捉え、探訪することで、改めて家康の深慮遠謀と各城郭の魅力に迫ります。
現地探訪コースは、▽11月「膳所城」▽12月「伊賀上野城」▽1月「丹波亀山城」▽2月「丹波篠山城」▽3月「姫路城」※案内を送ります。

藤堂高虎（前田呉耕画）上野城蔵

●講義 10月22日（木）13:00～15:00
●現地 11月19日から第3（木）
●12,960円（6回、資料代含む）、拝観料など別
●近藤 滋（元滋賀県教委安土城郭調査研究所所長）※講義会場は天満橋センター（大阪市中央区）

クルーズ旅行の魅力と過ごし方

日本でも人気のクルーズ旅行。1泊2日のワンナイトクルーズから100日にも及ぶロングクルーズまで選択肢は様々です。船やコースの選び方や船内での過ごし方など、乗船経験豊富なスタッフが案内します。

●10月20日（火）13:30～15:00 ●日本旅行クルーズコンサルタントスタッフ
●無料 ●会場は天満橋センター（大阪市中央区）

膝の健康講座 膝の痛み、なぜ痛む？どうすれば治る？

膝の痛みの原因や変形性膝関節症の最新治療について、運動療法から人工関節置換術までを解説。質問は申し込み時に受け付け、会場で回答します。
終演後、4人の医師による個別相談会を実施（抽選30組）。

●10月17日（土）14:00～15:10
●無料 ●定員170人
●司会：赤木 將男（近畿大学医学部整形外科学教室教授）
●朝田 滋貴（同講師）＝写真＝
●協賛 スミス&ネフュー オーソペディックス
●会場 パンジョホール（堺市南区茶山台1-3-1）

【申込方法】郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、参加人数、質問、個別相談の有無を明記して、はがきかＦＡＸで、〒530-0055 大阪市北区野崎町5の9、大阪よみうり文化センター「10/17堺」係（ＦＡＸ06-6361-3327）へ。受講券を送ります。

「がん」の予防を考える～知っておきたい予防と対策～

今回は「肝炎と肝細胞がん」「ピロリ菌と胃がん」をテーマに、予防やがん検診の大切さについてわかりやすくお話します。
申込時に質問を受け付け、会場で回答します。

●11月7日（土）10:00～11:30
●無料 ●定員100人（先着順）
●北村 信次（堺市立総合医療センター消化器内科部長）
高橋 俊介（同センター消化器内科医長）
●司会：木村 豊（同センター外科統括部長、外来化学療法センター長）
●共催 富士製薬工業
●会場 堺市立西文化会館（堺市西区鳳東6丁600）

【申込方法】電話かFAX（072－222－4043）で郵便番号、住所、氏名、年齢、参加人数を明記のうえ、「よみうり堺文化センター11月健康講座」係へ。

落語と認知症 笑いで予防できるの!?

高齢社会の大きな問題「認知症」を取り上げ、「笑い」の役割を「医学」と「ケア」の分野から専門家による意見や討論を交え、認識を深めていきます。

第1部
創作落語「成年後見人は高齢をめざす」笑福亭学光（落語家）
第2部
「医療・介護の現場から」中島啓子（医師、医療法人啓友会理事長）、田中智子（特別養護老人ホームKOBE須磨きらくえん看護部長）
第3部
鼎談（学光・中島・田中）
●11月8日（日）13:00～16:00（受付12:00）
●1,000円 ●定員180人 ●ギャラリーよみうり（大阪市北区）
●共催 お笑い福祉士全国の会 ●協賛 リブドゥコーポレーション

愛と悲しみの仏教

私たちの生きるこの社会に強く影響を与えた仏教。その根底にあるのはお釈迦さまの教えです。
興福寺の阿修羅像や聖衆来迎寺本の六道絵、道成寺縁起絵巻などの仏像、仏画、絵巻を「愛と悲しみの仏教」という視点から読み解きます。私たちの祖先や自身との仏教のつながりについて考えてみましょう。

●10月18日（日）13:30～15:30 ●2,300円
●西山 克（関西学院大学文学部教授）
西山 厚（帝塚山大学文化創造学科教授）
●会場は天満橋センター（大阪市中央区）

日本旅行 NIPPON TRAVEL AGENCY
本物を知っている世代に贈る、新しい「大人旅」
Precious AGE プレシャス・エイジ 旅する歓び
"旅する歓び"を感じていただけるような新しい価値観の旅行を提供していきたいと考えています。
日本旅行 プレシャス・エイジ

自由できままなおとなのひとり旅

おとなのこだわり旅シリーズ 懐かしい風景と憧れの列車に出会う旅

ニッポンの絶景スポットへの旅